

第1回

9月27日(火)

午後1時30分～3時30分

『折り紙・切り絵で
懐かしいあの頃を思い出そう!』



手先を使う折り紙は認知症予防・介護予防につながります。当日はいろんな折り紙作品のおり方を学べます。

〈場所〉 阪南市地域交流館 3階
共用会議室 3・4

第2回

10月18日(火)

午後1時30分～3時30分

『ハンカチで巾着袋を作ら
しょう!』



懐かしい針仕事の思い出とともに、自分だけの巾着袋を作ってみませんか?

〈場所〉 阪南市地域交流館 2階
共用会議室 1・2

第3回

11月22日(火)

午後1時30分～3時30分

『お手玉・けん玉作り体験!』



いろんな道具を使って面白いお手玉やけん玉を作ませんか?

みんなで作って遊ぶことで懐かしいあの頃を思い出すかも。

〈場所〉 阪南市地域交流館 3階
共用会議室 3・4



第4回

12月20日(火)

午後1時30分～3時30分

『元気いっぱい
ラジオ体操』



みんなでラジオ体操をして、心も体も「ほっこり」と温まりましょう。

ラジオ体操の思い出もみんなで話し合ってみませんか?

〈場所〉 阪南市地域交流館 3階共用会議室 3・4

しゃべって、笑って、脳いきいき化!

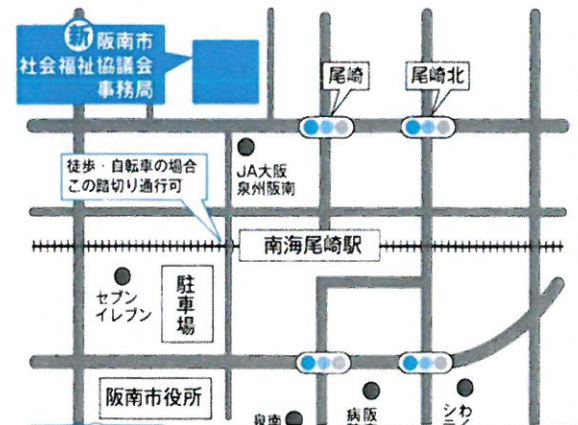
全4回介護(認知症)予防サロン

家族が「最近、物忘れがひどいわね」と感じ、また自身でも「最近物忘れがでてきた」と思っている人の多くは、認知症の予備軍かもしれません。

他人との交流や新しいことにチャレンジし生活に充実感を得ることが介護予防・認知症予防につながります。ぜひ、あなたも今回のサロンに参加してみませんか?

参加費：無料

主催：回想法ボランティアグループ「スイートピー」



申込み：阪南市社会福祉協議会ボランティアセンター

※各開催日の前日までにご連絡ください。

TEL 072-472-3333

FAX 072-471-7900

担当：坂上・岡本



赤い羽根共同募金

この事業の経費の一部には共同募金の配分金を活用しています。